

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara regulasi emosi dengan *Premenstrual Syndrome* pada Remaja Putri. Hipotesis yang diajukan pada penelitian ini terdapat hubungan negatif antara regulasi emosi dengan *Premenstrual Syndrome*, semakin tinggi regulasi emosi seseorang maka semakin rendah tingkat pramenstruasi syndrome; begitu pula sebaliknya. Subjek dalam penelitian ini adalah remaja putri, berusia 15 – 18 tahun, sedang menempuh Pendidikan SMA/SMK dan sudah mengalami menstruasi. Skala penelitian yang digunakan adalah skala PMS yang disusun sendiri oleh peneliti mengacu pada aspek berdasarkan teori Saryono & Sejati (2009) yang terdiri dari tiga aspek yaitu, aspek fisik, aspek perilaku, dan aspek psikologis. Skala Regulasi emosi yang disusun oleh Narastyari Asrawindya (2018) mengacu pada aspek berdasarkan teori Gross dan John (2003) yang meliputi *cognitive reappraisal* dan *expressive suppression*. Penelitian ini menggunakan metode analisis data kuantitatif dengan metode statistik yang dibantu program SPSS version 25.0 for windows. Hasil analisis korelasi diperoleh nilai koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) = 0,184 ada hubungan positif maka hipotesis dalam penelitian ini ditolak.

**Kata Kunci :** Regulasi emosi, *premenstrual syndrome*, remaja putri

## **ABSTRACT**

*This study aims to determine whether there is a relationship between emotional regulation and premenstrual syndrome in young women. The hypothesis proposed in this study is that there is a negative relationship between emotional regulation and Premenstrual Syndrome, where the higher a person's emotional regulation, the lower the level of pre-menstrual syndrome; vice versa. Subjects in this study were young women, aged 15-18 years, currently studying high school / vocational school and already menstruating. The research scale used is the PMS scale which is compiled by referring to aspects based on the theory of Saryono & Sejati (2009) which consists of three aspects, namely, physical aspects, behavioral aspects, and psychological aspects. The Regulatory Scale compiled by Narastyari Asrawindya (2018) refers to aspects based on Gross and John's (2003) theory which include cognitive reassessment and expressive emphasis. This study uses quantitative data analysis methods with statistical methods assisted by SPSS version 25.0 for windows. The results of the analysis of the correlation coefficient ( $r_{xy}$ ) = 0.184 have a positive relationship, so the hypothesis in this study is rejected.*

**Keywords:** *Emotional regulation, premenstrual syndrome, young women*